Tight for life

Kegel 8®

Manual de Instrucciones

www.kegel8.com

Bienvenido a Kegel8® Tight & Tone

Estimado Cliente:

Gracias por haber elegido Kegel8 Tight & Tone. Está ahora un paso más cerca a un suelo pélvico más fuerte y sano.

Diseñado especialmente para las mujeres, el Kegel8 Tight & Tone es un estimulador neuromuscular eficaz. Significa que Kegel8 funciona produciendo impulsos eléctricos suaves que estimulan los músculos y fibras nerviosas en la región pélvica.

Usar Kegel8 Tight & Tone para ejercitar la región pélvica puede:

- Ayudar con los problemas de continencia
- Prevenir o reducir problemas del suelo pélvico
- Mejorar la satisfacción sexual
- Tratar los prolapsos vaginales, uterinos o intestinales (según la gravedad de los síntomas)
- Ayudar a fortalecer los músculos que se han debilitados después del parto, las operaciones de una hernia o la histerectomía.
- Mejorar la fuerza de los músculos del suelo pélvico y la circulación.

Si nunca ha utilizado un estimulador neuromuscular, es posible que sea un poco aprensivo. Esto es normal - al principio, la mayoría de la gente tiene preocupaciones, pero se dan cuenta rápidamente que no hay nada de que preocuparse. Las sondas están diseñadas para la comodidad y aunque se puede sentirse los efectos de los impulsos eléctricos, no deberían causar molestia.

Si sigue las instrucciones en este manual, el Kegel8 Ultra es una manera segura y eficaz de ejercitar el suelo pélvico.

Atención al Cliente

Queremos ofrecer a nuestros clientes los mejores productos y la mejor calidad de servicio. Así si tiene algunos comentarios o ideas sobre las características del Kegel8, póngase en contacto con nosotros (ver Atención al Cliente en la página 46).

Advertencias

Por favor, presta atención a las siguientes indicaciones y advertencias:

- No conecte los cables conductores a la red de suministro eléctrico.
- No sumerja la unidad en agua ni en ninguna otra sustancia.
- Equipo tipo BF, funcionamiento continuo.
- No utilice el Kegel8 en presencia de una mezcla de gas anestésico inflamable y aire o con oxígeno o monóxido de dinitrógeno.
- Si utiliza pilas recargables de níquel e hidruro metálico de tipo PP3 de 9 voltios, asegúrese de utilizar un cargador de pilas con la certificación CE. Nunca conecte el Kegel8 directamente al cargador de pilas ni a ningún otro equipo conectado a la red eléctrica. Recomendamos que no se utilicen pilas recargables de Ni-Cad.
- Los electrodos y las sondas son de uso exclusivo individual para un solo paciente.
- Mantener fuera del alcance de los niños.
- No utilice este estimulador en la zona facial a menos que esté

o cualificado.

lgún equipo de
podría
timulador.

un equipo
onar quemaduras
s del estimulador y

amiento de un

ste equipo.

Explicación de los símbolos que aparecen en la parte posterior del Kegel8

Precaución
Salida de Corriente

Equipo de tipo BF

Siga las instrucciones de uso

No arrojar a la basura normal (ver Reciclaje en la página 67).

Explicación de los símbolos que aparecen en la parte posterior del Kegel8

Precaución
Salida de Corriente

Equipo de tipo BF

Siga las instrucciones de uso

No arrojar a la basura normal (ver Reciclaje en la página 67).

Contraindicaciones & Precauciones

Por favor, lea este manual de instrucciones antes de utilizar esta unidad STIM.

STIM (Kegel8) no debe usarse:

- Por pacientes que tengan un marcapasos a demanda a menos que así se lo aconseje su médico
- Durante el embarazo [excepto por prescripción facultativa].
- Por pacientes que sufran procesos dolorosos no diagnosticados.
- Por pacientes con afecciones cutáneas, vaginales o rectales no diagnosticadas.
- Con pacientes con deficiencias físicas o psíquicas que no les permitan manejar el dispositivo adecuadamente.
- Sobre la piel anestesiada o insensible.
- Durante la conducción de un vehículo o el manejo de equipos que pudieran resultar peligrosos.

Cuando se utiliza el Kegel8 Ultra:

- Solamente se debe usar según las instrucciones.
- No sumerja la unidad en agua ni en ninguna otra sustancia.
- Mantener fuera del alcance de los niños.
- Consulte con su médico si tiene alguna duda sobre el uso del Kegel8 Ultra. Contactar su distribuidor o profesional sanitario.
- Solamente se deben usar electrodos cutáneos, sondas vaginales o rectales con la certificación CE.

No colocar los electrodos:

- Sobre los nervios del seno carotideo, la laringe o la tráquea.
- Dentro de la boca.
- Sobre la zona del corazón a menos que así se lo recomiende su médico.
- Sobre la zona facial a menos que lo haga bajo la estrecha supervisión de un médico cualificado.

Índice

Manual de Instrucciones Kegel8 Tight & Tone®

Advertencias importantes de seguridad	10
Lista de verificación Kegel8 Tight & Tone	12
Conocer a su Kegel8 Tight & Tone	13
Como funciona su Kegel8 Tight & Tone	16
Usar el Kegel8 por primera vez	17
Empezar sus ejercicios con el Kegel8	18
Consejos sobre el ejercicio Kegel8	21
Elegir un programa Kegel8	22
Crear un programa personalizado	25
Especificaciones de los programas	28
Cuidar su Kegel8	29
Preguntas frecuentes	31
Especificaciones STIM	36
Información sobre compatibilidad e Interferencia electromagnética	37
Garantía	42
Referencias Clínicas	43
Referencias Clínicas	44
Reciclaje	45
Atención al Cliente	46

Manual de Instrucciones Kegel8® Tight & Tone

Advertencias Importantes de Seguridad

¿Quién puede usar Kegel8®?

Su Kegel8 Tight & Tone ha sido diseñado para el uso por las mujeres y cuando se utiliza correctamente, es una manera segura y eficaz de fortalecer los músculos del suelo pélvico. Sin embargo, porque usa impulsos eléctricos, hay alguna gente que debería buscar asistencia médica antes de usar Kegel8.

NO DEBE USAR KEGEL8:

- Si tiene un marcapasos a demanda
- Durante el embarazo
- Si sufre afecciones cutáneas, vaginales o rectales no diagnosticadas.
- Sobre la piel anestesiada o insensible.
- Si no tiene la capacidad psíquica o física de manejar el dispositivo adecuadamente.
- Durante la conducción de un vehículo o el manejo de equipos que pudieran resultar peligrosos.
- En el agua u otras substancias. Nunca sumerja su Kegel8.
- Cuando está conectado a aparatos de alta frecuencia. Aplicando las sondas o los electrodos Kegel8 cuando está conectado a aparatos de alta frecuencia podría ocasionar quemaduras y dañar su Kegel8. Si tiene alguna duda, llamar su distribuidor para cualquier tipo de asesoramiento o consulte con un médico o profesional sanitario,

Tenga en cuenta que las mujeres que tienen un DIU o el Mirena pueden usar Kegel8. Kegel8 no afecta estos dispositivos.

IMPORTANTE

Sólo usar su Kegel8 como descrito en este Guía del Usuario.

Mantener fuera del alcance de los niños.

¿Dónde se puede usar el Kegel8®?

Kegel8 está concebido para el uso en casa, pero se puede usar en los clínicos y hospitales también. Antes de usar su Kegel8, por favor asegúrese:

- La sala no contiene gases inflamables. Es especialmente importante en los hospitales y clínicos porque los impulsos eléctricos del Kegel8 pueden inflamar los gases inflamables, por ejemplo el gas anestésico. Si tiene alguna duda, solicite asistencia.
- No está muy cerca (p.ej. 1-2m) de algún equipo de tratamiento por onda corta o microondas, teléfono móvil, dispositivo inalámbrico o radio. Estos dispositivos pueden desestabilizar su dispositivo Kegel8.

Usar su Kegel8 de manera segura

- Sólo usar el Kegel8 en las regiones vaginales y rectales, como descrito en esta Guía del Usuario. Nunca usar Kegel8 en otros partes del cuerpo porque los impulsos eléctricos podrían perjudicar su salud.
- Para asegurar su higiene personal, no permita que otras personas usen sus sondas. Siempre limpie sus sondas a fondo después de cada uso (ver Cuidar su Sonda Kegel8 en la página 51).
- Solamente se deben usar sondas vaginales o rectales con certificación CE con su Kegel8. Todas las sondas oficiales Kegel8 tienen la certificación CE.
- Para hacer funcionar su Kegel8, usar una pila de 9 voltios. Nunca conecte su dispositivo Kegel8 o las sondas a la red de suministro eléctrico porque podría causar la electrocución y la muerte.
- No sumerja la unidad Kegel8 o sus sondas en agua, fluidos ni en ninguna otra sustancia.
- Ten en cuenta que Kegel8 es un equipo de tipo BF (proporciona alguna protección contra los choques eléctricos).

Lista de verificación Kegel8 Tight & Tone

Cuando abre el embalaje Kegel8, debería encontrar:

- 1 × unidad Kegel8 Tight & Tone
- 1 × pila de 9 voltios
- 1 × sonda Kegel8

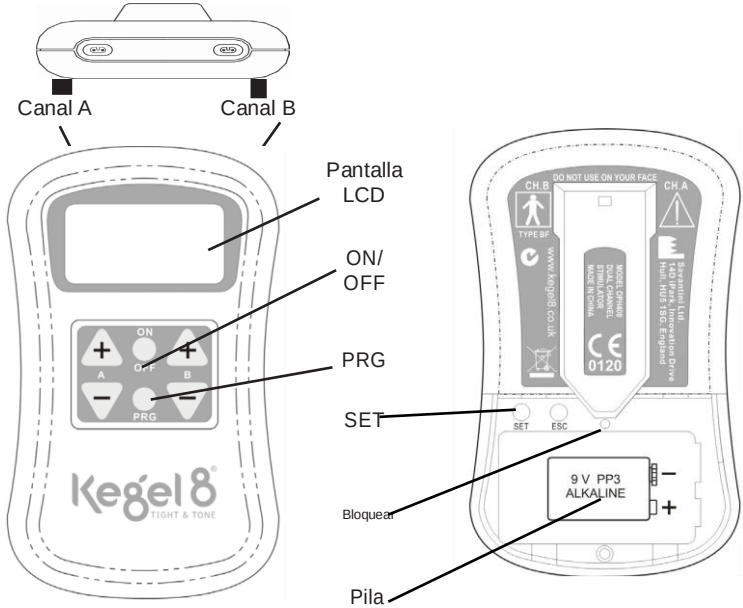
Si ha comprado el Kegel8® Tight & Tone, tendrá la Sonda Comfort Kegel8® .

Si ha comprado el Kegel8® Tight & Tone, tendrá la Sonda Periform Kegel8® .

- 1 x cable Kegel8
- 1 x Manual de Instrucciones Kegel8 Tight & Tone
- 1 x formulario de garantía

En el caso improbable que falta algunos de los artículos anteriores, por favor comuníquese con el Departamento de Servicio al Cliente (ver página 46).

Conocer a su Kegel8® Ultra



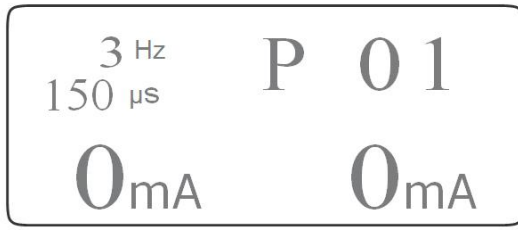
Parte delantera Parte trasera

Usará **Canal A** y **Canal B** para conectar sus sondas Kegel8 a su unidad Kegel8. Recomendamos que conecte una sonda vaginal a Canal A. Si tiene una sonda anal, se puede conectarla a Canal B.

Usará el botón **PRG** para seleccionar el programa que se desee (ver Elegir un programa Kegel8 en la página 31).
El botón **SET** sólo se usa cuando quiere Configurar un Programa Personalizado (ver la página 47).

La parte delantera del Kegel8 tiene dos pares de botones **+** y **-**. Puede usar estos botones para aumentar (+) o decrecer (-) la intensidad del impulso eléctrico enviado por la Canal A y Canal B respectivamente. (Los botones etiquetados **A** controlan la canal A, estos etiquetados **B** controlan la canal B).

Cuando se encienda la unidad Kegel8 Ultra, la pantalla LCD mostrará la información siguiente:



Hz

Hz es el número de impulsos eléctricos por segundo. Cuando empieza a usar su Kegel8, este número variará, según el programa que ha elegido.

Número de Programa y Temporizador de Programa

La esquina superior derecha de la pantalla muestra o el número del programa actualmente seleccionado o la cantidad de tiempo restante del programa actual.

Salida de Canal (en Miliamperios)

Los dos números grandes en la parte inferior de la pantalla muestran la cantidad de corriente eléctrico que sale a través del Canal A y Canal B. El número grande a la izquierda de la pantalla representa el Canal A y el número grande a la derecha representa la Canal B.

Por ejemplo, si conecta su sonda Kegel8 al Canal A, selecciona el programa 6, y pulsa el botón + por el Canal A, la pantalla podría mostrar:

Su(s) sonda(s) Kegel8

Su Kegel8 Tight & Tone incluye una sonda vaginal que se debe conectar al Canal A. Como accesorio opcional, se puede comprar una sonda anal que puede conectar al Canal B. Si tiene dos sondas, se pueden usar por separado o al mismo tiempo.

Cada sonda tiene un cable conectado al base y electrodos metálicos a cada lado. El impulso eléctrico producido por su Kegel8 Tight & Tone se transfiere a sus músculos pélvicos por los electrodos metálicos.

Explicación de los símbolos que aparecen en la parte posterior del Kegel8 Ultra

Precaución
Salida de Corriente

Equipo de tipo BF

Siga las instrucciones de uso

No arrojar a la basura normal (ver Reciclaje en la página 67).

Como funciona su Kegel8 Tight & Tone

El Kegel8 Tight & Tone es un estimulador neuromuscular moderno (STIM) que fue creado con el fin de ayudar a las mujeres a obtener un suelo pélvico fuerte y sano. Kegel8 funciona produciendo impulsos eléctricos suaves que estimulan los músculos y fibras nerviosas en la región pélvica.

Si nunca ha utilizado un estimulador neuromuscular, la idea de la aplicación de impulsos eléctricos al cuerpo puede ser un poco extraña. Pero no hay que preocuparse - su cuerpo ya usa los impulsos eléctricos todo el tiempo. Por ejemplo, supongamos que quiere tensar el músculo bíceps en el brazo. Para tensarlo, su cerebro envía impulsos eléctricos a su musculo a través del sistema nervioso. Cuando el impulso llega al músculo bíceps, el músculo contrae y cuando el impulso no está presente, el músculo se relaja de nuevo. Kegel8 funciona de manera similar - envía impulsos eléctricos a los áreas precisos de músculo debilitado que los hace contraer y relajar. Con el tiempo, fortalece los músculos y las fibras nerviosas que le da más control de los músculos y mejorar el tono muscular y la fuerza.

El Kegel8 Tight & Tone tiene una gama de programas preconfigurados para el ejercicio del suelo pélvico. Estos programas han sido especialmente desarrollados para que:

- Trabaje los músculos adecuadamente y les ayuda a fortalecerse gradualmente.
- Sus músculos tengan tiempo adecuado para descansar.
- Sean fáciles a usar durante sesiones sencillas de 20-60 minutos cada una.

Hay muchas investigaciones y ensayos clínicos relacionados con la estimulación neuromuscular. Si le interesa descubrir más, hay una lista de documentos pertinentes en nuestra Referencias Clínicas (ver la página 43).

Usar el Kegel8® por Primera Vez

Cuando se utiliza Kegel8 por primera vez, se debería elegir uno de los programas preconfigurados. Los programas fueron concebidos para tratar una variedad de problemas de salud femeninas, así se debería elegir el ejercicio que mejor conviene a sus necesidades (explicamos los programas - ver Elegir un Programa Kegel8® en la página 22).

Al comienzo de cada programa, Kegel8 empieza a 0mA que significa que no hay ningún impulso eléctrico. Cuando Vd. es dispuesto a comenzar, pulsa el botón + repetidamente para iniciar el programa y aumentar la intensidad de mA.

Cuando el nivel del corriente eléctrico alcanza un cierto nivel, se puede sentir una sensación de movimiento en sus músculos pélvicos. Esto ocurre cuando el corriente empieza a estimular sus músculos en niveles bajos. Es posible que sienta una sensación de cosquilleo también. Cuando alcanza este nivel, aumenta lentamente el corriente hasta que alcance un nivel que trabaja los músculos pero que es cómodo también.

Muchas mujeres encuentran que sus músculos son estimulados cuando Kegel8 está configurado a unos 25mA, y más de 30mA ofrece un entrenamiento completo. Pero todos somos diferentes, así se debería elegir un nivel que es cómodo. La más fuerte la sensación que se puede sentir, lo más trabajo hacen sus músculos pélvicos. Pero no se esfuerce demasiado. Si no es cómodo, pulse el botón - para reducir el corriente.

A medida que se ejercita, se puede sentir que los músculos se contraen y se relajan. Durante el tiempo de relajación, su Kegel8 produce menos corriente. Si se utiliza el Kegel8 como se describe en este manual, 1-2 veces por día, sus músculos pélvicos se fortalecerán. Le daré un mayor control y podría gradualmente el corriente.

Ahora, no espere más - ver Empezar sus Ejercicios Kegel8® en la página 18.

Empezar sus ejercicios con el Kegel8

¿Está listo para comenzar sus ejercicios del suelo pélvico? Pues, ¡vamos!

1. Por favor, antes de comenzar sus ejercicios con el Kegel8, lea la Información de Seguridad Importante (ver la página 10).

   Cuando se utiliza correctamente, el Kegel8 es una manera segura y eficaz de fortalecer y tonificar los músculos del suelo pélvico. Pero, hay que recordar que Kegel8 es un dispositivo eléctrico y en caso de mala utilización, puede resultar peligroso. Así, lea cuidadosamente la Información de Seguridad.

2. En la parte trasera de su Kegel8, retire la tapa del compartimento de pilas y coloque la batería. Asegúrese de que la cinta roja está debajo de la batería - será más fácil de quitar la batería cuando se necesita cambiarla. Vuelva a colocar la tapa del compartimento de pilas.

3. Asegúrese de que la sonda está limpia, enjuagándola con el agua fría o tibia (ver Cuidar la Sonda Kegel8 en la página 51). Las sondas sucias podrían causar infecciones.

   Si utiliza los electrodos cutáneos, asegúrese que la piel está limpia y libre de aceites, lociones, cremas hidratantes etc. Este tipo de productos de la piel pueden dañar la superficie adhesiva de los electrodos.

4. Conecte el cable a la sonda/los electrodos y la unidad Kegel8. Todos los cables tienen las conexiones apropiadas, así todo que tiene que hacer es:

   - Insertar el conector rojo del cable en uno de los conectores en la cable de la sonda/el electrodo.
   - Insertar el conector negro del cable en uno de los conectores en la cable de la sonda/el electrodo.
   - Insertar el conector blanco del cable en el conector Canal A en su unidad Kegel8. Si mira la parte delantera de la unidad Kegel8, el enchufe del Canal A se encuentra en la parte superior izquierda. Conecte el cable para que sea completamente conectado.

   Si va a usar una sonda anal, conéctela al enchufe Canal B. Kegel8 está diseñado para que se puede usar una sonda vaginal, una sonda anal, o las dos al mismo tiempo.

Sólo asegúrese que sus sondas están conectadas al canal apropiado (Canal A para vaginal, Canal B para anal).

¿Quiere usar los electrodos cutáneos en vez de una sonda? Conecte un par de electrodos a Canal A, y el otro par a Canal B.

5. Insertar la(s) sonda(s)/colocar los electrodos.

   i. Ubicase en una posición cómoda. Muchas mujeres usan Kegel8 mientras se sientan o están de pie. Insertar una sonda es similar a insertar un tampón, así es posible que ya sepa lo que prefiere.

   ii. Sostenga la base de la sonda. La base es la parte con los cables.

   iii. Sostenga la sonda para que los electrodos metálicos están a la derecha y la izquierda. Con una sonda vaginal, significa que los electrodos metálicos deberían estar orientados hacia la parte interna de los muslos.

   iv. Introduzca suavemente la sonda en la vagina/el ano. Introduzca la sonda hasta una profundidad de 5,5cm en la vagina/el ano. Esta es menos que insertaría un tampón. La base de la sonda siempre debería estar fuera del cuerpo.

   Para facilitar la inserción, recomendamos que utilice un lubricante de alta calidad a base de agua por ejemplo nuestro KE Gel. El lubricante ayuda con la conducción del impulso eléctrico de la sonda a sus músculos.

   Si el lubricante no ayuda, es posible que sufra la atrofia vaginal, una condición que provoca la sequedad y el adelgazamiento de las paredes vaginales. Su médico puede prescribirse una crema tópica de estrógeno que puede ayudar. No utilice Kegel8 mientras usa la crema. Después del tratamiento, notará que se puede insertar la sonda mucho más fácilmente.

   Por favor, no deje que la atrofia vaginal le impida experimentar los beneficios de Kegel8. Hay soluciones eficaces que pueden ayudar con esta enfermedad dolorosa.

6. Pulse el botón ON en la unidad Kegel8.

7. Pulse el botón PRG para elegir un programa (ver Empezar sus Ejercicios con el Kegel8 en la página 18).

8. Pulse el botón para empezar el programa.

   Si solamente utiliza la sonda vaginal, pulse el botón + del Canal A. Si solamente utiliza la sonda anal, pulse el botón + del Canal B. Pulse ambos botones + si utiliza las dos sondas.

   Cuando se pulse un botón +, el nivel mA del canal cambia y su programa empieza. El ícono de programa se reemplaza por un temporizador que cuenta el tiempo hasta el fin de su entrenamiento.

9. Cuando su programa ha empezado, pulse el botón + para aumentar el corriente (mA) de los impulsos eléctricos. Lo más alto el nivel de mA, la más eficaz será su programa, pero asegúrese que el nivel es siempre cómodo. Si nota alguna molestia o algún dolor, pulse el botón - del canal que utiliza para reducir el corriente (mA).

   Al final del programa, su Kegel8 se apaga automáticamente.

10. Cuando se ha terminado el programa, saque la sonda tirando suavemente la base. No estira los cables, esto puede dañar el cable o las sondas.

11. Limpie su(s) sonda(s) con agua corriente tibia. No los ponga en agua hirviendo porque causará daño a la(s) sonda(s).

    Para mayor tranquilidad, se puede lavar la(s) sonda(s) con un líquido de esterilización. Recomendamos que limpie la superficie de la unidad con un paño húmedo u una toallita antiséptica. No utilice productos de limpieza con base de alcohol porque podría dañar la pantalla LCD.

12. Seque su sonda y consérvela en un lugar limpio, fresco y seco. Recomendamos conservar su Kegel8 en su embalaje original.

Consejos Sobre el Ejercicio Kegel8®

Intenta empezar con un corriente de 30mA o más.

La cantidad de corriente que se necesita para estimular los músculos del suelo pélvico varía de una persona a otra. Por defecto, la unidad Kegel8 tiene una salida de 0mA y es necesario aumentar el corriente manualmente, pulsando el botón +. Se debería aumentar el corriente hasta un nivel cuando se puede sentir los efectos de los impulsos eléctricos, pero no causa molestias. La mayoría de mujeres encuentran que un nivel de 30mA es un buen punto de partida, pero sólo Vd puede decir lo que es cómodo.

Como sus músculos pélvicos empiezan a fortalecerse, notará que puede aumentar el corriente.

Ejercite 1-2 veces cada día durante 12 semanas.

Recomendamos usar el Kegel8 1-2 veces por día durante 12 semanas. Alterna entre su programa y el P08- Entrenamiento Pélvico General cada día. Por ejemplo: Lunes P03, Martes P09, Miércoles P03. Jueves P09, Viernes P03 etcétera. Cuando tiene un mayor control de los músculos, se puede usar el P09, 2-3 veces cada semana regularmente para mantener el esfuerzo de los músculos.

Si decide hacer el ejercicio dos veces por día, es importante que no hagas dos sesiones consecutivas de ejercicio. Es porque los músculos del suelo pélvico necesitan tiempo para recuperar y relajar entre las sesiones de ejercicio. Sugerimos que se usa Kegel8 una vez por la mañana y otra vez por la tarde.

Por favor, sea paciente Kegel8 mejorará su suelo pélvico.

Todas las mujeres somos diferentes. Algunas mujeres responden a los ejercicios Kegel8 muy rápidamente, pero para otras mujeres tarda varias semanas a notar una diferencia. Pero quédese tranquilo, si se usa Kegel8 regularmente y siga atentamente nuestras instrucciones, sus músculos pélvicos y fibras nerviosas se fortalecerán.

Elegir un Programa Kegel8®

Su Kegel8 Tight & Tone contiene 9 programas predeterminados, y cada uno ha sido diseñado para tratar un tipo específico de problema del suelo pélvico. También tiene 3 programas 'de más' que pueden usar su profesional sanitario para crear programas personalizados, adaptados a sus necesidades específicas (ver Crear un Programa Personalizado en la página 25).

Para elegir un programa, encienda su Kegel8 y pulse el botón PRG para recorrer los programas disponibles. Continué a pulsar el botón PRG hasta que la pantalla muestre el programa que quiere usar.

Si quiere usar un ejercicio preconfigurado, se debería elegir el programa aplicable a su problema de salud:

P01 - Alivio de Dolor

El programa de alivio de dolor Kegel8 ayuda a tratar el dolor pélvico. Es particularmente útil para tratar la vulvodinia, una condición que puede causar ardor, punción, irritación y paspaduras en el área genital femenina.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

P02 - Prolapso/Frecuencia

Este programa es perfecto para las mujeres que sufren los prolapsos vaginales o necesitan orinar con frecuencia (pero no sufren las pérdidas de orina).

Kegel8 tiene dos programas para ayudarle con la frecuencia. Recomendamos el Programa 02 para las mujeres menopáusicas y posmenopáusicas, pero las mujeres en edad fértil deberían comenzar con el P05 - Nuevas Mamás y Frecuencia.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

NOTA: Si sufre **un prolapso rectal**, póngase en contacto con nuestra Atención al Cliente. Podemos programar su Kegel8 para ayudar con esta condición.

P03 - Incontinencia de Esfuerzo

Muchas mujeres sufren la incontinencia, especialmente durante el ejercicio y las relaciones sexuales. Programa 03 está diseñado para darle un control muscular mejorado para que pueda evitar las fugas de orina. Este programa utiliza una frecuencia de 40Hz que es el nivel favorecido por los fisioterapeutas británicos.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

P04 - Incontinencia de Esfuerzo (escandinavo)

El Programa 04 es lo mismo como el Programa 03, pero utiliza una frecuencia reducida de 30Hz. Este nivel es favorecido por los fisioterapeutas en algunos países escandinavos.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

P05 - Nuevas Mamás y Frecuencia

Si es nueva mamá o necesita ir al baño frecuentemente, este programa podría ser la solución para Vd. Es una manera perfecta de comenzar a ejercitar sus músculos pélvicos después del parto. Normalmente se puede usar el Programa 05 después de su revisión médica seis semanas después del parto, si su profesional sanitario lo autoriza.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

P06 - Micción Frecuente (escandinavo)

El Programa 06 está diseñado para las mujeres que necesitan orinar con frecuencia y utiliza un estímulo constante. Este programa es favorecido por los fisioterapeutas en algunos países escandinavos. En el Reino Unido, se prefiere un programa de trabajo/descanso porque permite que el músculo se relaje y se recupere.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

P07 - Falta de Sensación

Después de la cirugía o el parto, es posible que tenga un buen control muscular pero una falta de sensación. Esto puede deberse al daño nervioso y es un problema que puede ser tratado con el Programa 07.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

P08 - Entrenamiento Pélvico General

El Programa 08 es un entrenamiento excelente que hace funcionar todos los músculos y las fibras nerviosas del suelo pélvico.

Cuando empieza a usar el Kegel8, se debería usar uno de los otros programas y el P08 en días alternados. Por ejemplo, Lunes P 04, Martes P08, Miércoles P04, Jueves P08 etcétera. Ayudará a fortalecer su suelo pélvico y darlo una cantidad adecuada de tiempo de recuperación.

Cuando sus músculos pélvicos se han fortalecido (en general, después de 12 semanas), es posible que pueda usar el P08, 2-3 veces cada semana. Puede hacerlo regularmente para mantener sus músculos pélvicos fuertes.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

P09 - Resistencia Muscular Baja

Se debería elegir el P09 si puede contraer fácilmente sus músculos pélvicos pero no puede mantenerlos tensados durante mucho tiempo. El Programa 09 ayuda a fortalecer los músculos y mejorar la resistencia muscular.

Para más información, ver Especificaciones de los Programas en la página 28.

Crear un Programa Personalizado

Muchas mujeres encuentran que los programas preconfigurados del Kegel8 son la manera ideal de tratar sus problemas del suelo pélvico. Pero, en algunos casos, es posible que un profesional sanitario aconseje un tipo diferente de programa. Esto es porque el Kegel8 Ultra tiene una característica que les permite a los médicos crear hasta 3 programas diseñados específicamente para Vd.

NOTA: Solo necesita crear un programa personalizado si su profesional sanitario le ha recomendado que los programas preconfigurados no son adecuados para sus necesidades.

Para crear un programa personalizado:

1. Quite la tapa de las pilas y verá dos botones, SET y ESC.
2. Encienda el Kegel8 y pulse el botón ESC para mostrar la pantalla de inicio.
3. Pulse el botón PRG hasta que la pantalla muestre PC1, PC2 o PC3. Hay 3 espacios de memoria para los programas personalizados.
4. Pulse el botón SET en la parte delantera de la unidad. El símbolo Hz en la pantalla comenzará a parpadear para indicar que está seleccionado y listo para la entrada de un valor. Usa el Canal B + o - para ajustar la frecuencia del pulso.

   NOTA: Se explican **Hz**, **µS**, **WRK**, **RST**, **RMP**, **ALT**, y **SYN** al final de esta sección.
5. Pulse el botón SET y el símbolo **µS** comenzará a parpadear. Use los botones +/- del Canal B para ajustar la duración del pulso (de 50 a 450 µS).
6. Pulse el botón SET y el símbolo de reloj comenzará a parpadear. Usa los botones **+** y **-** del Canal A para cambiar las horas y los botones + y - del Canal B para cambiar los minutos. El tiempo máximo es 1 hora 30 minutos.
7. Pulse el botón SET y el símbolo **WRK** comenzará a parpadear. Use los botones +/- para ajustar el período de actividad (2-99 segundos).

8. Pulse el botón SET y el símbolo **RST** comenzará a parpadear. Use los botones +/- para ajustar el período de descanso (2-99 segundos).

9. Pulse el botón SET y el símbolo **RMP** comenzará a parpadear. Use los botones +/- para establecer el período de subida (de 0,1 a 9,9 segundos).

10. Pulse el botón SET y el símbolo **RMP** comenzará a parpadear. Use los botones +/- para establecer el período de subida (de 0,1 a 9,9 segundos).

11. Pulse el botón **ESC** para instalar y guardar el programa personalizado.

Los Ajustes de los Programas Kegel8

Cada programa Kegel8 tiene unos ajustes que se debería comprender si quiere crear un programa personalizado. Conocer cómo funcionan estos ajustes le ayudará a comprender las especificaciones de los programas preprogramados.

- **Hz** - el número de impulsos eléctricos por segundo. Normalmente, entre 1-15Hz trata las fibras musculares de contracción lenta y entre 35-45Hz trata las fibras musculares de contracción rápida. Los valores de más de 45Hz tratan la fatiga muscular y promueve la fuerza muscular y flexibilidad.

- **µS** - La duración de un solo impulso (la 'anchura del pulso') Lo más ancho un impulso, la más penetración muscular.
- **RP** (subida) - el tiempo que tarda en contraer el músculo completamente (segundos).
- **WRK** (trabajo) - El tiempo que la corriente eléctrica se mantenga el músculo apretado, en segundos.
- **RST** (descanso) **-** la duración de tiempo entre cada impulso (segundos). Los músculos descansan durante esta cantidad de tiempo.
- **ALT** (alterna) - El Kegel8 genera una corriente eléctrica por un canal a la vez.
- **SYN** (sincrónico) - El Kegel8 genera una corriente eléctrica por ambos canales a la vez.

Especificaciones de los programas Kegel8®

El Programa P01 a P09	Hz Frecuencia	PW uS	Tiempo de subida en segundos	Tiempo de actividad en segundos	Tiempo de descanso en segundos	Tiempo general en minutos
Alivio del Dolor P01	3	150	1	Cont		20
Urgencia P02	10	250	1	5	5	20
Esfuerzo 1 P03	40	200	1	6	15	20
Esfuerzo 2 P04	30	200	0,8	5	8	20
Frec/Urge 1 P05	10	200	1	5	5	20
Frec/Urge 2 P06	10	200	1	Cont	0	15
Insensibilidad P07	Secuencial: 3Hz durante 3 min., 10Hz durante 10 min., 20Hz durante 5 min, 40Hz, tiempo de subida 0,8 seg. 30Hz durante 4 min, 40Hz durante 3 min, 200uS, tiempo de subida 0,6 seg., tiempo de actividad 4 seg., tiempo de descanso 4 seg.					25
Entrenamiento Pélvico General P08	Secuencial: 20Hz durante 3 min., 3Hz durante 5 min., 10Hz durante 15 min., 20Hz durante 15 min., 250uS, tiempo de subida 0,8seg., 30Hz durante 5 min, 40Hz durante 5 min, 200uS, tiempo de subida 0,6 seg., 10Hz durante 12 min., 250uS, tiempo de subida 0,8seg., tiempo de actividad 4 seg., tiempo de descanso 4 seg.					60
Aumentar la Resistencia P09	20	250	0,8	5	5	20

Cuidar su Kegel8

Accesorios y Modificaciones

Con su unidad Kegel8, solo se deben usar accesorios, por ejemplo sondas, con la certificación CE. Todas las oficiales Kegel8 tienen la certificación CE y así su seguridad ha sido verificada.

Está prohibido modificar su Kegel8. Hacer modificaciones no autorizados a su Kegel8 invalidará su garantía y podría resultar en lesiones.

Cuidar la Pantalla LCD Kegel8

La pantalla LCD de su Kegel8 está cubierta de una fina capa de protección. Esta capa ayudar a proteger su pantalla contra rayones.

Si su pantalla parece arañada, saque con cuidado la capa protectora. Si el rayón sólo dañó la capa de protección, puede ser sustituido por otro protector de pantalla. Sin embargo, si la pantalla resulta dañada, se debe repararla. Para obtener más información, por favor póngase en contacto con nuestro equipo de atención al cliente (ver la página 68).

Cuando limpie su Kegel8, por favor no usar los sprays limpiadores o soluciones de limpieza a base de alcohol porque podría dañar la pantalla.

Cuidar la Sonda Kegel8

Todas las sondas Kegel8 están diseñados para un manejo fácil y deberían durar unos 12-18 meses con unos cuidados adecuados.

- Su sonda nunca debe ser sumergida en el agua hirviendo. Podría dañar su sonda.
- Cuando inserte una sonda, sosténgala por la base. No la sostenga por los cables porque podría dañar la sonda.
- Antes de usar, limpie siempre la sonda con el agua tibia (pero no hirviendo) jabonosa. Alternativamente, podría limpiar la sonda con un limpiador antibacteriano como nuestro Kegel8 Klean.

Cuidar los Cables

Los cables y conexiones son una parte vital de su Kegel8, así es importante tratarlos con cuidado.

- Los cables deben manejarse con cuidado.
- No se deben estirar o doblar los cables porque podría dañarlos. Si los cables están dañados, es posible que no puedan enviar impulsos eléctricos a sus sondas o electrodos cutáneos.
- Tenga cuidado al momento de conectar los cables. Las conexiones del Kegel8 y sus sondas están diseñadas para que conecten fácilmente a los cables. Nunca fuerce los cables.
- No corte los cables o modifique las conexiones.

Cuidar las Pilas

Para cuidar la pila:

- Remplazar la pila cuando está baja de carga (se puede ver un símbolo de batería en la pantalla cuando está baja de carga).
- Si no va a usar el Kegel8 durante una semana o más, por favor, quitar la batería. Las baterías pueden perder líquido, así si lo remueve, protege su Kegel8.
- Verifique regularmente la pila para buscar signos de fugas. Si parece que la batería pierde líquido, remplácela.
- Recomendamos usar una pila GP Alkaline Pro 9 voltios.

La Eliminación del Kegel8 - Use Nuestro Servicio de Reciclaje

Cuando necesita desechar de sus pilas o sondas Kegel8 o la unidad Kegel8, por favor, enviarlos a nuestra oficina (ver Reciclaje en la página 67). Nos garantizamos el desechado correcto de estos productos y nos aseguráramos de que los materiales sean reciclados donde sea posible.

Preguntas Frecuentes

Pregunta: ¿Que tan pronto después del nacimiento de mi bebé puedo comenzar a usar mi Kegel8 Ultra?

Por favor, consulte con su matrona o médico. Normalmente, las mujeres empiezan a usar Kegel8 después de una revisión médica exitosa seis semanas después del parto.

Pregunta: Tengo un DIU o un Mirena. ¿Puedo usar el Kegel8?

Sí. Los Mirena o los DIU no afectan el Kegel8.

Pregunta: ¿Puedo usar el Kegel8 mientras estoy embarazada?

No. Directrices clínicos desaconsejan el uso de STIM vaginal durante el embarazo.

Pregunta: Me he sometido a una cirugía pélvica. ¿Cuándo puedo comenzar a usar mi Kegel8?

Por favor consulte con su médico porque cada caso es diferente. Usar Kegel8 después de la cirugía podría ayudar acelerar la recuperación porque es una manera eficaz de fortalecer el suelo pélvico.

Pregunta: ¿Puedo usar mi Kegel8 cuando tengo mi regla?

Sí, se puede usar los ejercicios del suelo pélvico y la sonda vaginal cuando tiene su regla. Sin embargo, si tiene un flujo pesado, es posible que prefiera esperar. Aquí en la oficina, solemos usar Kegel8 cuando tenemos un flujo más ligero.

También, los ejercicios Kegel8 Ultra pueden ayudar con los cólicos menstruales, y si usa los electrodos cutáneos, puede aliviar el dolor menstrual.

Pregunta: Tengo un prolapso intestinal. ¿Puedo usar el Kegel8?

Sí, por supuesto. Cuando se usa con una sonda anal, el Kegel8 puede ayudarle a recuperarse de esta condición.

Si ha sufrido un prolapso intestinal o rectal, es imprescindible que fortalezca su suelo pélvico. También, se debería hacer los ejercicios con una sonda vaginal porque si tiene un prolapso anal, es más propenso a un prolapso de la vejiga (y viceversa).

Pregunta: ¿Hasta dónde debo insertar la sonda?

Se debe insertar la sonda hasta una profundidad de 5,5cm. Si usa una sonda anal, inserte la sonda en el ano hasta una profundidad de 5,5cm. Es el nivel óptimo de estimular los músculos del suelo pélvico.

Pregunta: Me resulta doloroso insertar la sonda. ¿Qué debo hacer?

Intentar usar un lubricante de alta calidad a base de agua por ejemplo nuestro KE Gel. Si no le ayuda, consulte con su médico porque es posible que sufra la atrofia vaginal, una condición que provoca la sequedad y el adelgazamiento de las paredes vaginales. Esta condición se trata fácilmente así no se preocupe, pronto podrá usar su Kegel8.

Pregunta: Intento a usar mi Kegel8 a un nivel de 40mA, pero durante algunos programas, cae a 30mA - ¿por qué?

Durante el programa, la cantidad y la duración de los impulsos eléctricos cambian. Así cuando aumentan la cantidad y la duración de los impulsos, el nivel de mA cae para que la intensidad no le tome por sorpresa. Así si se siente una disminución de intensidad, pulse el botón + para aumentar el nivel de mA hasta un nivel cómodo.

Pregunta: ¿Por qué no puedo incrementar el nivel de mA por encima de 6, 7 o 8?

Es un problema causado cuando la sonda no hace contacto efectivo con sus músculos. Recomendamos que intente usar su Kegel8 mientras está acostada o con las piernas elevadas. Ayudará a impedir que la sonda se caiga de su posición.

Si los electrodos de la sonda no tuvieran un contacto directo con los músculos, no se puede aumentar el nivel de mA y para su seguridad no se puede aumentar el corriente. Se puede obtener mayores resultados si se usa un lubricante a base de agua por ejemplo el KE Gel.

Pregunta: ¿Por qué solo puedo sentirse la estimulación por un lado?

Esto podría deberse a:

1. La posición de la sonda. Para funcionar correctamente, los electrodos metálicos de la sonda necesitan estar en contacto directo con sus músculos. Recomendamos que se sienta con las piernas juntas y contraiga su suelo pélvico lo más posible contra la sonda. Se puede obtener mayores resultados si se usa un lubricante a base de agua por ejemplo el KE Gel.

2. Es posible que tenga daños en los nervios por un lado. Este tipo de daño en los nervios puede ocurrir durante el parto (causado por la presión de la cabeza del bebé durante el parto). Significa que tiene menos sensación por un lado. Si esto es el caso, recomendamos comprar una sonda Perisize para que pueda modular la intensidad de los dos lados de la sonda. Aumentar la intensidad en el lado en contacto con su área insensibilizado puede ayudar a promover el rebrote de los nervios dañados.

   Póngase en contacto con nosotros para obtener más información, o visite: www.kegel8.co.uk

Pregunta: ¿Por qué hay dos canales?

Hay dos canales porque se puede usar dos sondas (una sonda vaginal, una sonda anal) por turno o al mismo tiempo con el Kegel8. El Canal A (a la izquierda) se usa con una sonda vaginal y el Canal B se usa con una sonda anal.

Se puede usar hasta 4 electrodos cutáneos al mismo tiempo con los dos canales.

Hay una gama de electrodos cutáneos, sondas vaginales y sondas anales disponibles en nuestro sitio web www.Kegel8.com

Pregunta: ¿Cómo puedo limpiar mi(s) sonda(s)?

Simplemente enjuagar con agua, manteniendo seco los cables en todo momento. No hierva la sonda. Se puede esterilizarla con una solución esterilizadora o puede limpiarla con Kegel8 Klean, un limpiador antibacteriano. Para obtener más información, ver Cuidado y Mantenimiento de su Kegel8 en la página 51.

Pregunta: ¿Cuánto tiempo durará la batería?

Si usa el Kegel8 Ultra cada día, la batería suele dura unos 3 meses. Se puede comprar una nueva en nuestro sitio web o en el supermercado - por favor, escoja una pila de 9 voltios de alta calidad que no fugará. Sabrá cuando queda poca batería porque comenzará a parpadear el icono de batería en la pantalla del Kegel8. Para obtener más información, ver Cuidado y Mantenimiento de su Kegel8 en la página 51.

Pregunta: ¿Cuánto tiempo durará la sonda?

Normalmente, una sonda dura entre 12-18 meses. Recomendamos remplazar su sonda después de este tiempo para que continuara a obtener los mejores resultados de su Kegel8. Para obtener más información, ver Cuidado y Mantenimiento de su Kegel8 en la página 51.

Pregunta: ¿No puedo encontrar la respuesta a mi pregunta?

Póngase en contacto con nosotros (ver la página 68), estamos aquí para ayudarle.

Especificaciones Técnicas

Especificaciones STIM

1. Canal dual: circuitos aislados individualmente
2. Amplitud: 0-90 mA en una carga de 500 ohmios; solamente como indicación. Normalmente los mA reales son inferiores a lo indicado debido a la impedancia de los electrodos.
    - En una carga de 1000 ohmios (si los electrodos estuvieran en mal estado), el máximo se verá limitado a 70 mA.
    - En una carga de 1500 ohmios, el máximo se verá limitado a 65mA.
3. Tipo: corriente constante, voltaje máximo de salida 180 voltios +10 / -30 voltios.
4. Forma de onda: asimétrica, bifásica rectangular con corriente continua cero.
5. Puede elegirse la anchura de pulso: 50 µS - 450 µS [precisión del 2%].
6. Selección de la frecuencia de pulso: en el modo continuo de 2 Hz a 100 Hz [precisión del 2%].
7. Se puede elegir la duración del tratamiento: de 1 a 90 minutos.
8. Indicador de batería baja: si el nivel de las pilas desciende por debajo de los 6,9 voltios +/- 0,2 voltios, el símbolo de la batería parpadeará una vez por segundo.
9. Detección de electrodo abierto: si se detecta un circuito abierto en la salida del Canal A o B, la corriente de salida se restablecerá a cero.
10. Tiempo de subida de potencia: de 0,3 a 9,9 segundos.
11. Si el voltaje de la pila desciende por debajo de 6,6 (+/- 0,2) voltios, la unidad no se encenderá.

Dimensiones: 108 x 62 x 23 mm.

Peso: 0,07kg sin pilas, 0,1kg con pilas.

Condiciones ambientales para su uso: De +10 a +30 grados centígrados. De 0 a 90% humedad.

Condiciones ambientales para su almacenamiento y transporte: De -10 a +50 grados centígrados. De 0 a 90% humedad

Información sobre compatibilidad e interferencia electromagnética

Los productos Kegel8 se han diseñado para generar unos niveles muy bajos de emisiones (interferencias) de radiofrecuencia (RF), así se evitan los efectos de las interferencias generadas por otros equipos que estén funcionando cerca de ellos. Son resistentes a los daños debidos a descargas electroestáticas cuando se utilizan en un entorno normal en el hogar o una clínica.

Están certificados para satisfacer la norma internacional EN60601-1-2 sobre EMC.

Tabla 201: Directrices y declaración del fabricante – emisiones electromagnéticas

El producto® Kegel8 está diseñado para ser utilizado en el ambiente electromagnético especificado a continuación. Aconsejamos que el cliente® o el usuario de Kegel8 se asegure que se usa en ese entorno.

Prueba de emisi	Conformidad	Entorno electromagnetico - directriz
Emisiones de RF CISPR 11	Grupo 1	El Kegel8® sólamente usa energía de RF para su funcionamiento interno. Por consiguiente, sus emisiones de RF son muy bajas y es improbable que ocasione interferencias en equipos electrónicos que se encuentren cerca.
Emisiones de RF CISPR 11	Clase B	El Kegel8 puede utilizarse en todo tipo de establecimientos, incluso en el hogar o cualquier otro lugar con potencia de consumo doméstico.
IEC 61000-3-2 IEC 61000-3-2	No aplicable	
Fluctuaciones de voltaje, emisiones discontinuas de voltaje IEC 61000-3-3	No aplicable	

Tabla 202: Directrices y declaración del fabricante – Inmunidad electromagnética			
El producto Kegel8 está diseñado para ser utilizado en el ambiente electromagnético especificado a continuación. Aconsejamos que el cliente o usuario del Kegel8 se asegure de usarlo en ese tipo de entorno, con las debidas precauciones.			
Prueba de inmunidad	**Nivel de test IEC 60601**	**Nivel de comformidad**	**Entorno electromagnético – directrices**
Descarga electroestática (ESD) IEC 61000-4-2	±6 kV contacto ±8 kV aire	±6 kV contacto ±8 kV aire	El suelo debe ser de madera, hormigón o baldosas de cerámica. Si está cubierto de material sintético, la humedad relativa debe ser de al menos el 30%.
Frecuencia eléctrica (50/60Hz) Campo magnético IEC 61000-4-2	3 A/m	3 A/m	La frecuencia de los campos magnéticos debe encontrarse dentro de los niveles logicos en un típico ambiente comercial u hospitalario.

Tabla 204: Directrices y declaración del fabricante – inmunidad electromagnética

El producto Kegel8 está diseñado para ser utilizado en el ambiente electromagnético especificado a continuación. Aconsejamos que el cliente o usuario del Kegel8 se asegure de usarlo en ese tipo de entorno.

Prueba de inmunidad	IEC Nivel de test IEC 60601	Nivel de comformidad	Entorno electromagnetico - directriz
Conducción RF IEC 61000-4-6 Radiación RF IEC 61000-4-3	3 Vrms 150 KHz a 80 MHz 3V/m 80 MHz a 2.5 GHz	3 Vrms 150 KHz a 80 MHz 3V/m 80 MHz a 2,5 GHz	No debe usarse equipos portátiles y móviles de comunicación por radiofrecuencia más cerca del Kegel8, y incluye sus cables, que la distancia de separación recomendada. Esta se calcula a partir de la ecuación aplicada de la frecuencia del transmisor: **Distancia de separación recomendada:** d = 1.2 P (150kHz a 80 MHz); d = 1.2 P (80MHz a 800 MHz); d = 2.3 P (800MHz a 2.5 GHz) d es la distancia de separación recomendada en metros (m). P es el índice de la máxima potencia de salida en vatios (W) sequn el fabricante del transmisor. La intensidad de campo de los transmisores de RF, según los resultados de un análisis del espectro electromagnético. Se pueden producir interferencias cerca de cualquier equipo que lleve el siguiente simbolo:

NOTA 1: A 80MHz y 800MHz, se aplica el límite de frecuencia más alto.
NOTA 2: Es posible que estas directrices no puedan aplicarse a todas las situaciones. La propagación electromagnética se ve
afectada por la absorción y el reflejo ejercidos por las estructuras,los objetos y las personas.

No se puede determinar teóricamente con precisión la intensidad del campo procedente de transmisores fijos como las centrales para radio teléfonos (celulares/inalámbricos) y radio móvil terrestre, radioaficionados, retransmisiones de radio por AM y FM y retransmisiones de televisión. Para calcular el entorno electromagnético ocasionado por transmisiones fijos de RF , se debe hacer un análisis del espectro electromagnético. Si la intensidad de campo analizado en el lugar donde se usara el Kegel8 excede el nivel de conformidad de RF correspondiente, se recomienda revisar el funcionamiento del Kegel8 para verificar que este sea normal. Si se observa alguna anormalidad, puede ser necesario tomar medidas adicionales, como su reorientación o traslado a otro sitio. Por encima del rango de frecuencias de 150 kHz a 80 MHz, las intensidades de campo deben ser inferiores a 3 V / m.

Tabla 206: Distancias de separación recomendadas entre los equipos de comunicación por radiofrecuencia (RF0) portátiles y móvil con respecto al Kegel8.

El producto Kegel8 está diseñado para ser utilizado en el ambiente electromagnético en el que las perturbaciones de radiofrecuencia irradiada están controladas. El cliente o usuario del Kegel8 puede ayudar a evitar las interferencias electromagnéticas si mantiene una distancia mínima entre los equipos portátiles y móviles de comunicación por radiofrecuencia (transmisores) y el Kegel8 según las siguientes recomendaciones y la potencia máxima de salida de los equipos de comunicación.

Maxima potencia nominal de salida del transmisor (W)	Distancia de separación según la frecuencia del transmisor		
	150 kHz a 80 MHz	80 MHz a 800 MHz	800 MHz a 2,5 GHz
	$d=1.2\sqrt{P}$	$d=1.2\sqrt{P}$	$d=2.3\sqrt{P}$
0,01	0,12	0,12	0,23
0,1	0,38	0,38	0,73
1	1,2	1,2	2,3
10	3,8	3,8	7,3
100	12	12	23

Para transmisores con una máxima potencia nominal de salida que no figure en la lista, la distancia de separación recomendada da en metros (m) puede calcularse usando la ecuación aplicable a la frecuencia del transmisor, P es el índice de la máxima potencia de salida en vatios (W) según el fabricante del transmisor.

NOTA 1: A 80MHz y 800MHz, se aplica el límite de frecuencia más alto.

NOTA 2: Es posible que estas directrices no puedan aplicarse a todas las situaciones. La propagación electromagnética se ve afectada por la absorción y el reflejo ejercidos por las estructuras, los objetos y las personas.

Referencias y Datos de Contacto

Garantía

Savantini Ltd (Depto. Medical) ofrece al comprador original la garantía de que su producto estará libre de defectos en sus materiales, piezas y mano de obra durante un periodo de 1 año a partir de la fecha de adquisición [fecha de la factura].

Si Savantini Ltd. está de acuerdo en que el/los producto/s es/son defectuoso/s, el comprador podrá devolver este/estos dispositivo/s a Savantini Ltd. (Depto. Medical), o al distribuidor designado para su reparación o reemplazo por una unidad nueva.

En primer lugar todas las devoluciones deben ser previamente autorizadas por Savantini Limited. La responsabilidad de Savantini Ltd. según los términos de esta garantía limitada de producto no cubre ninguna mala utilización o maltrato del aparato, como puede ser una caída, sumergirlo en agua o cualquier otro líquido, la manipulación forzosa del mismo o el desgaste originado por su uso normal.

Toda prueba de manipulación forzosa invalidaría esta garantía.

Fabricado por:

Savantini Ltd.
14D iPark, Innovation Drive, Kingston upon Hull, HU5 1SG, England

Este producto está fabricado según las disposiciones de la Directiva de dispositivos sanitarios MDD93/42/EEC bajo la supervisión de SGS, organismo notificado número 0120.

CE 0120

Savantini Ltd. es certificado por SGS a las siguientes normas internacionales:

ISO 9001:2008, ISO13485:2003.

Neuromuscular Stimulation:

Knight S, Laycock J, Naylor D. [1998]

Evaluation of neuromuscular electrical stimulation in the treatment of genuine stress incontinence;
Physiotherapy 84, No. 2, 61 - 71.

Gibson J.N, Smith K, Rennie MJ. [1988]

Prevention of disuse muscle atrophy by means of electrical stimulation. Maintenance of protein synthesis;
The Lancet; 2(8614: 767-70).

Lindstrom S, Fall M, Carlson C A, Erlandson BE. [1983]

The neurophysiological basis of bladder inhibition in response to intravaginal electrical stimulation.

Fall M, Ahlstrom K., Carlsson C, Ek A, Erlandson BE, Frankenberg AS, Mattiasson A. [1986]

Contelle: Pelvic floor stimulator for female stress-urge incontinence. A multicentre study; Urology 27, 282-287.

Berghmans L C, Hendriks H J, Bo K, Hay Smith E J, deBie R A, van Waalwijk Van Doorn E S. [1998]

Conservative treatment of stress urinary incontinence in women: a systematic review of randomised clinical trials. Br. J. Urol. 82(2), 181 - 191.

Eriksen B C, Bergmanm S, Eik-Nes S H. [1989]

Maximal Electrostimulation of the pelvic floor in female idiopathic detrusor instability and urge incontinence. Neurourol. Urodynam, 8, 219 - 230.

Miller K, Richardson D A, Siegel S W, Karram M M, Blackwood N B, Sand P K. [1998]

Pelvic Floor electrical stimulation for genuine stress incontinence, who will benefit and when? Int. Urogynecol, J. Pelvic Floor Dysfunction, 9(5), 265 - 270.

Osterberg, Graf W, Eeg-Olofsson K, Hallden M, Pahlman L. [1999]

Is electrostimulation of the pelvic floor an effective treatment for neurogenic faecal incontinence. Scan J Gastroenterology 34(3):319-24

En cumplimiento de las reglas WEEE (Waste Electrical and Electronic Equipment) de 2006, intentamos reducir la cantidad de residuos electrónicos que se deposita en los vertederos.

Disponer de su Kegel8 con responsabilidad con nuestro plan de reciclaje

Por favor enviar sus sondas Kegel8, pilas y unidades a la siguiente dirección y nos encargaremos del resto.

WEEE Recycling

Savantini LTD

14D iPark

Innovation Drive

Kingston upon Hull

HU5 1SG

United Kingdom

Customer Care

Si quiere descubrir más sobre nuestros productos, si tuviera un problema con su Kegel8 o si necesita ayuda, por favor comuníquese con nuestro equipo de atención al cliente simpático.

Atención al Cliente
+44(0)1482 496 932

Llámenos, estamos aquí para ayudarle.
De lunes a viernes, de 8 a 17h (GMT).

Savantini Limited
14D iPark Innovation Drive
Kingston upon Hull
HU5 1SG
United Kingdom

Fax: +44 (0)1482 873570

Email: Sales@Kegel8.co.uk

Web: www.Kegel8.com

Este producto está fabricado por Savantini Ltd según las disposiciones de la Directiva de dispositivos sanitarios MDD93/42/EEC bajo la supervisión de SGS, organismo notificado número 0120.

CE 0120

Savantini Ltd. es certificado por SGS a las siguientes normas internacionales: ISO 9001:2008, ISO13485:2003.